

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

Activités gratuites / de 9h à 20h

## LE PROGRAMME - DU 23 AU 29 AOÛT 2021

### Lundi 23 Août

- **Appréhension du milieu aquatique**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle

De 9h à 9h45 à l'Oasis, Petit bassin. Public : de 3 à 14 ans.

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

- **Randonnée avec Plogging**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle

De 10h à 12h, au Village Olympique, RDV sur place (10 min avant horaire). Tout Public.

- **Gymnastique acrobatique – Initiation**, avec Rondade Salto (Tomblaine)

De 11h à 12h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : à partir de 6 ans.

- **Découverte et initiation au Tchoukball**, avec le GESAL 54

De 14h à 18h, au Village Olympique – village Terre de jeux. Public : à partir de 8 ans.

- **Découverte et initiation au Canoë Kayak Lady (8 - 18 ans)** avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

(Pratique féminine). *Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Volley-Ball**, avec VNVB (Vandœuvre-Lès-Nancy)

De 15h à 18h, à l'Oasis, Terrain Beach. Public : de 7 à 77 ans.

- **Initiation à la pratique de l'aviron**, avec le SNN (Nancy)

De 16h30 à 17h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : de 10 à 90 ans

*Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Découverte et initiation au Canoë Kayak Lady (+ 18 ans)** avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

(Pratique féminine). *Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Course Hors Stade (PPG + course)**, avec NAM (Tomblaine)

De 18h à 19h30, RDV au Stade Raymond Petit (10 min avant horaire). Public : de 18 à 60 ans

Pré-requis : être en mesure de courir 1H sans pause à 10km/h et *Certificat médical de non*

*contre-indication à la pratique de la course à pieds.*

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

- **Initiation à l'aviron fitness (indoor)**, avec le SNN (Nancy)

De 18h30 à 19h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Intérieur). Public : à partir de 18 ans.

*Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Course à pied (Urban PPG)**, avec le CAN (Saint-Max)

De 18h30 à 20h, au Village Olympique, RDV sur place (10 min avant horaire) Public : à partir

de 16 ans *et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pieds.*

*Inscription chalet accueil –info Nancy*

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

## Mardi 24 Août

- **Découverte de la Natation Artistique**, avec le GNAC

De 9h à 10h, à l'Oasis, Grand bassin. Public : de 6 à 75 ans.

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

- **Initiation au roller**, avec Nancy Roller Vitesse

De 10h30 à 12h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 7 à 77 ans.

- **Gymnastique acrobatique – Initiation**, avec Rondade Salto (Tomblaine)

De 11h à 12h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Public : à partir de 6 ans.

- **Visite des locaux du Sport nautique de Nancy et du Pôle France Aviron**

De 11h à 11h45, au Village Olympique (Pôle nautique). Tout public.

- **Initiation à l'aviron fitness (indoor)**, avec le SNN (Nancy)

De 12h30 à 13h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Intérieur). Public : à partir de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Sensibilisation handisport : Handigolf, Tir laser**, avec Handisport Grand Nancy

De 14h à 17h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 10 à 90 ans.

- **Découverte et initiation au Paddle (8 - 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte de l'univers du Ping !**, avec le Comité départemental de Tennis de table

De 14h à 17h, à la Prairie. Public : à partir de 2 ans.

- **Ateliers Prévention et tri des déchets**, avec les Déchets ménagers, prévention du tri

De 14h à 17h, à l'Eco-zone (zone 1). Tout public. **Accès PMR**

- **Volley-Ball**, avec VNVB (Vandœuvre-Lès-Nancy)

De 15h à 18h, à l'Oasis, Terrain Beach. Public : de 7 à 77 ans.

- **Initiation à la pratique de l'aviron**, avec le SNN (Nancy)

De 16h30 à 17h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : de 10 à 90 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte et initiation au Paddle (+ 18 ans)** avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Animation Latino – Salsa et Batchata - découverte**, avec Movimiento Salsa (Tomblaine)

De 18h à 21h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Public : à partir de 18 ans.

## Mercredi 25 Août

- **Fesses Abdos Cuisses (F.A.C)**, avec le GNAC (Laxou)

De 9h à 9h45, à l'Île Bucolique, Zone centrale. Public : de 18 à 70 ans.

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

- **Pilates**, avec le GNAC (Laxou)

De 9h à 9h45, à l'Île Bucolique, Zone centrale. Public : de 18 à 70 ans.

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

- **Découverte du Water-Polo**, avec le GNAC (Laxou)

De 9h à 10h, à l'Oasis, Grand Bassin. Public : de 8 à 50 ans

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

- **Initiation : Babyhand**, avec CD 54 Handball (Tomblaine)

De 10h à 11h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 3 à 6 ans.

- **Initiation au Handfit**, avec CD 54 Handball (Tomblaine)

De 11h à 12h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 16 à 77 ans.

- **Initiation Hand à 4**, avec CD 54 Handball (Tomblaine)

De 13h à 17h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 7 à 77 ans.

- **Découverte et initiation au Paddle (8 - 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : de 8 à 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte et initiation du Basket Ball à 5x5 et à 3x3**, avec le SLUC Nancy Basket Association (Nancy)

De 14h à 17h, à l'Esplanade du Château de Saint Max. Public : de 7 à 11 ans pour structure gonflable

- **Atelier d'improvisation théâtrale**, avec la compagnie TILT

De 14h à 15h30, à l'Eco-Zone (Zone 1). Tout Public.

- **Animation Nature pour les Enfants**, avec le CPIE de Nancy-Champenoux

De 14h30 à 17h30, à l'île bucolique, zone périphérique. Public : de 5 à 10 ans. **Accès PMR**

- **Gymnastique acrobatique – Initiation**, avec Rondade Salto (Tomblaine)

De 16h à 17h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Public : à partir de 6 ans.

- **Initiation à la pratique de l'aviron**, avec le SNN (Nancy)

De 16h30 à 17h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 10 à 90 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte et initiation au Paddle (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : plus de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Course à pied (Courses sur piste)** avec CAN (Saint-Max)

De 18h30 à 20h, RDV au Stade Raymond Petit (10 min avant horaire). Public : à partir de 16 ans *et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pieds.*

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

- **Initiation à l'aviron fitness (indoor)**, avec le SNN (Nancy)

De 19h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Intérieur). Public : à partir de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Marche Nordique**, avec GARDONS LA FORME

De 19h à 20h, à l'Oasis, RDV scène de l'embarcadère. Public : à partir de 18 ans.

- **Soirée Danse Latine**, avec CAP DANSE

De 20h à 22h, à la Prairie, Espace scénique. Tout Public

## Jeudi 26 Août

- **Appréhension du milieu aquatique**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle

De 9h à 9h45 à l'Oasis, Petit bassin. Public : de 3 à 14 ans.

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

- **Découverte de la Natation Artistique**, avec le GNAC

De 9h à 10h, à l'Oasis, Grand bassin. Public : de 6 à 75 ans.

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

- **Gymnastique acrobatique – Initiation**, avec Rondade Salto (Tomblaine)

De 11h à 12h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : à partir de 6 ans.

- **Sensibilisation handisport : Handigolf, Tir laser**, avec Handisport Grand Nancy

De 14h à 17h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 10 à 90 ans.

- **Découverte et initiation au Canoë Kayak en Eau Calme (8 - 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

*Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Découverte de l'univers du Ping !**, avec le Comité départemental de Tennis de table

De 14h à 17h, à La Prairie, Tables de tennis de table. Public : à partir de 2 ans.

- **Essai VAE sur la boucle**, avec la Maison du Vélo du Grand Nancy

De 14h à 17h, à l'Oasis, RDV scène de l'embarcadère. Public : à partir de 14 ans.

- **Initiation à la pratique de l'aviron**, avec le SNN (Nancy)

De 16h30 à 17h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : de 10 à 90 ans.

*Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Découverte et initiation au Canoë Kayak en Eau Calme (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

*Inscription chalet accueil –info Nancy*

- **Beach Volley pour tous**, avec Tomblaine Volley-Ball

De 18h à 20h, à l'Oasis, Terrain Beach. Public : de 13 à 80 ans.

- **Pilates**, avec GARDONS LA FORME

De 18h à 19h, à l'Oasis, scène de l'embarcadère. Public : à partir de 18 ans

- **Course Hors Stade (Echauffement + Stade)**, avec NAM (Tomblaine)

De 18h à 19h30, RDV au Stade Raymond Petit (10 min avant horaire). Public : de 18 à 60 ans

Pré-requis : être en mesure de courir 1H sans pause à 10km/h et *Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pieds.*

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

## Vendredi 27 Août

- **Training, renforcement musculaire**, avec le GNAC (Laxou)

De 9h à 9h45, à l'Île Bucolique, Zone centrale. Public : de 18 à 70 ans.

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

- **Étirements, détente**, avec le GNAC (Laxou)

De 9h45 à 10h30, à l'Île Bucolique, Zone centrale. Public : de 18 à 70 ans.

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

- **Découverte du Water-Polo**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle

De 10h à 11h, à l'Oasis, Grand bassin. Public : de 8 à 50 ans.

*Inscription chalet accueil –info Tomblaine*

- **Gymnastique acrobatique – Initiation**, avec Rondade Salto (Tomblaine)

De 11h à 12h, à l'Oasis, scène de l'embarcadère. Public : à partir de 6 ans.

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

- **Floorball**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle  
De 9h à 12h, au Village Olympique – village Terre de Jeux. Public : de 8 à 35 ans.
- **Floorball**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle  
De 14h à 17h, au Village Olympique – village Terre de Jeux. Public : de 8 à 35 ans.
- **Basket Ball**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle  
De 9h à 12h, à l'Esplanade du Château de Saint-MAX. Tout Public
- **Basket Ball**, avec l'ASPTT Nancy Meurthe-et-Moselle  
De 14h à 17h, à l'Esplanade du Château de Saint-MAX. Tout Public
- **Découverte et initiation au Canoë Kayak en Eau Calme (8 – 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)  
De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.  
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)
- **Volley-Ball**, avec VNVB (Vandœuvre-Lès-Nancy)  
De 15h à 18h, à l'Oasis, Terrain Beach. Public : de 7 à 77 ans.
- **Initiation à la pratique de l'aviron**, avec le SNN (Nancy)  
De 16h30 à 17h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : de 10 à 90 ans.  
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)
- **Découverte et initiation au Canoë Kayak en Eau Calme (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)  
De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.  
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

## Samedi 28 Août

- **Les Foulées de la Meurthe: Course ouverte à tous dès 16 ans**, avec le NAM et le CAN  
Départ à 9h au départ du Pôle OASIS à 9h00 sur une boucle de 4 km autour de la Base de Loisirs « La Plage des 2 Rives ».
- **Découverte et initiation du Basket Ball à 5x5 et à 3x3**, avec le SLUC Nancy Basket Association (Nancy)  
De 9h à 12h, à l'Esplanade du Château de Saint Max. Public : de 7 à 11 ans pour structure gonflable
- **Course à pied (Fractionné long en nature)**, avec le CAN (Saint-Max)  
De 9h à 11h, au Village Olympique, RDV sur place (10 min avant horaire). Public : à partir de 16 ans [et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pieds.](#)  
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)
- **Découverte et initiation à la boxe**, avec le CD 54 de Boxe  
De 10h à 12h, au Village Olympique, Terre de Jeux. Public : de 8 à 16 ans.
- **Beach Rugby**, avec Nancy Seichamps Rugby  
De 10h à 12h et de 13h à 17h, à l'Oasis, terrain de Beach. Public : à partir de 3 ans et demi
- **Découverte de l'univers du Ping !**, avec le Comité départemental de Tennis de table  
De 14h à 18h, à la Prairie. Public : à partir de 2 ans.
- **Pique-Nique Populaire et performance artistique**, RDV à l'ancien Château de Tomblaine (contrefort/remparts) à partir de 11h30. Pensez à rapporter votre pique-nique !
- **Dragon Boat (8 – 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)  
De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.  
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

▪ **Judo**, avec le Judo Club Maxois

De 14h à 18h, au Village Olympique – village Terre de Jeux. Public : à partir de 4 ans

▪ **Zumba Kids**, avec Nad' By Zumba (Saint-Max)

De 14h à 15h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : de 5 à 12 ans.

▪ **Zumba Gold**, avec Nad' By Zumba (Saint-Max)

De 15h à 16h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : à partir de 50 ans.

▪ **Atelier initiation au Flamenco**, avec l'association AMAYA

De 16h à 18h, à l'Oasis, scène de l'embarcadère. Tout Public

▪ **Initiation à la pratique de l'aviron**, avec le SNN (Nancy)

De 16h30 à 17h30, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 2). Public : de 10 à 90 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

▪ **Dragon Boat (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

## Dimanche 29 Août

▪ **Initiation et pratique de la course à pied**, avec Tomblaine Sports Loisirs

De 9h à 10h, à l'Oasis, RDV à l'embarcadère. Public : à partir de 16 ans.

▪ **A la découverte de la Meurthe (variante de la fresque du climat)**, avec la Métropole du Grand Nancy

De 9h à 12h, à l'Eco-zone 1. Public : de 7 à 15 ans.

▪ **Découverte du Rugby à 5 (sans contact)**, avec Nancy Seichamps Rugby

De 10h à 12h et de 13h à 17h, au Village Olympique – village Terre de Jeux. Public : à partir de 3 ans et demi

▪ **Zumba Fitness**, avec Nad' By Zumba (Saint-Max)

De 10h à 11h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : Intensité élevée.

▪ **Atelier initiation au Flamenco**, avec l'association AMAYA

De 16h à 18h, à la Prairie, Espace scénique. Tout Public.

▪ **Danse Orientale**, avec Les Mordus de la Piste (Saint-Max)

De 17h à 17h45, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Tout public.

▪ **Danse en Ligne**, avec les Mordus de la Piste

De 18h à 18h45, à l'Esplanade du Château de Saint-Max. Tout Public.

▪ **Danse de Couple (Danse de Salon)**, avec les Mordus de la Piste

De 19h à 19h45, à l'Esplanade du Château de Saint-Max. Tout Public.

▪ **La vallée Nancéenne d'hier à demain**, avec la Métropole du Grand Nancy

De 19h à 20h, à l'Eco-zone. Public : à partir de 7 ans.

▪ **Soirée Danse de Couple**, avec Les Mordus de la Piste

De 20h à 22h, à la Prairie, Espace scénique. Public : Tout Public.

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

# LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

## Et tous les jours

### La balade sur l'eau, d'une rive à l'autre

Embarquez à la découverte des richesses de la rivière ! Depuis la Prairie de la Méchelle côté Nancy ou face à l'Oasis côté Tomblaine, une embarcation électrique permet de traverser la Meurthe en effectuant une boucle pour découvrir les espaces naturels du site.

*1 bateau électrique de 9 places, dont 1 PMR.*

*Du lundi au dimanche, de 10h à 12h et de 14h à 19h. Tout public. Sans inscription.*

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

La réservation de certaines activités s'effectue sur site, à la semaine.

Elle débute à jour J -7.

Possibilité d'inscrire deux personnes à la fois.

Activités sport, détente et nature : inscription à la Hutte / Village olympique et aux points d'accueil-information.

**Ce programme est susceptible d'évoluer en fonction des conditions météorologiques. + d'info sur [www.grandnancy.eu](http://www.grandnancy.eu) et sur Facebook (*Métropole du Grand Nancy*).**

**Concerts de l'Autre Canal les 26, 27 et 28 août.**

**Pass sanitaire exigé.**

**+ d'info sur [lautrecanalnancy.fr](http://lautrecanalnancy.fr)**